

Normopathie

*Die folgenschwerste
Krankheit unserer Zeit
und wie wir uns davon heilen.*

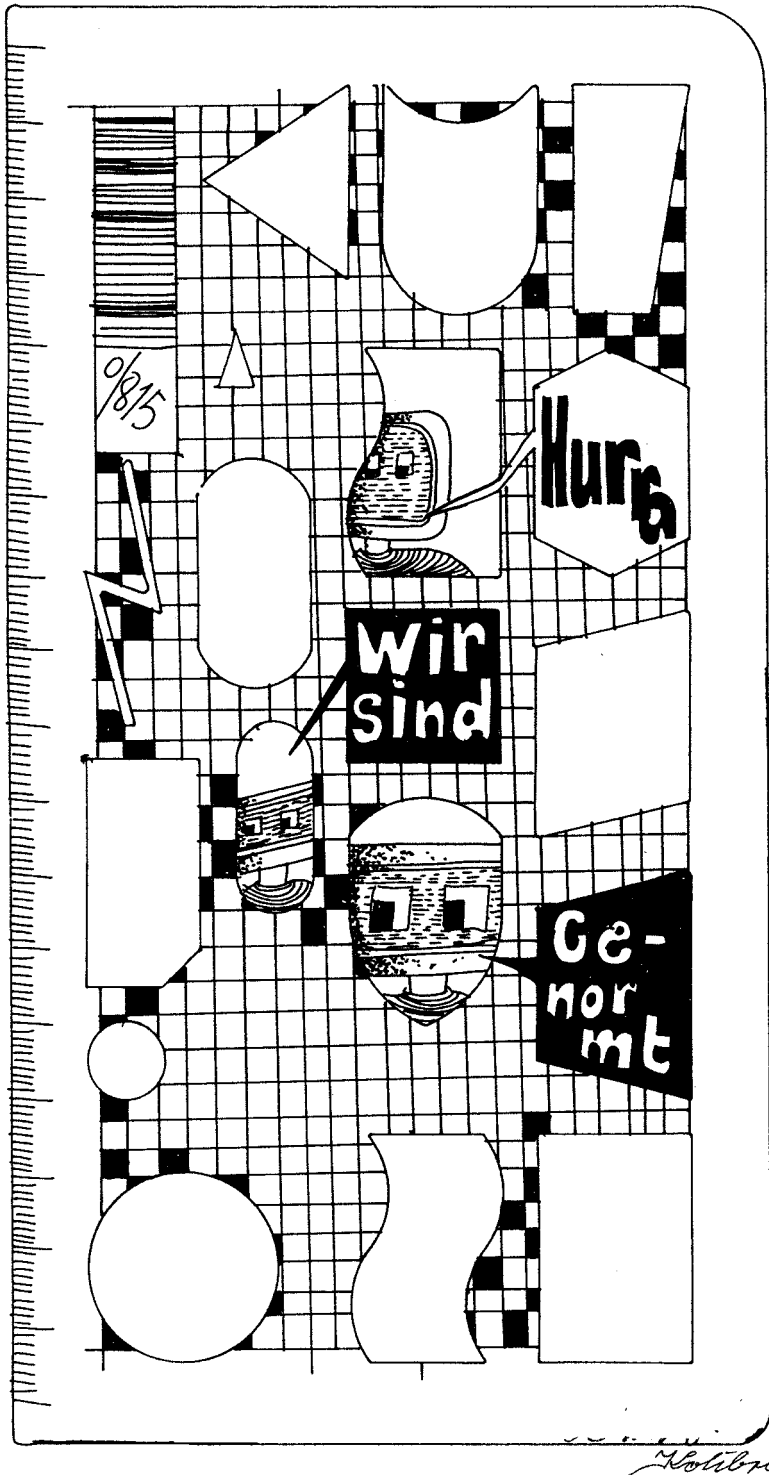
Von Christian Dittrich-Opitz

Der Kognitionsforscher Rainer Mausfeld beschreibt in seinem brillanten Buch «Warum schweigen die Lämmer» die psychologische Tendenz des Menschen, den Status Quo allen anderen, auch objektiv deutlich besseren Alternativen vorzuziehen.

Viele Sklaven in den amerikanischen Südstaaten kämpften im amerikanischen Bürgerkrieg freiwillig für ihre Besitzer und gegen ihre potenziellen Befreier. Lebensgewohnheiten können sich noch so schädlich auf die Gesundheit und Lebensfreude von Menschen auswirken, sie zu ändern, bedeutet, Vertrautes hinter sich zu lassen, und vielen Menschen fällt dieser Schritt schwerer, als Krankheit und Unglück hinzunehmen.

Im Zuge der sogenannten Corona-Krise ist es vielen Menschen offensichtlich wichtig, an der Idee eines wohlmeinenden Staatsgefüges festzuhalten. Damit sind wir aufgewachsen. Die Frage, ob unsere Gesell-

*Vielen Menschen ist es
offensichtlich wichtig, an der
Idee eines wohlmeinenden
Staatsgefüges festzuhalten.*



Wenn vernünftigen Menschen das Wort genommen wird, dann werden sich Psychopathen, Rechtsradikale und Menschen mit einer konfrontativen Psyche äußern.

schaft eine nachhaltig funktionierende Basis hat, ist zu schmerzhaft und muss zum intellektuellen Sperrgebiet erklärt werden. Rainer Mausfeld beschreibt mit exzellenter Klarheit, wie Begriffe wie «Verschwörungstheorie» gezielt eingesetzt werden, um manche Sichtweisen von vornherein als nicht diskussionswürdig zu erklären. Was Vernunft ist, welche Sichtweisen eine Existenzberechtigung haben, wird genormt und in normopathischem Gehorsam akzeptiert.

Wenn Irre recht haben

Mit diesem Ansatz der Förderung der Normopathie überlässt man eine eigentlich dringend notwendige Kritik an Systemen dann nicht selten Psychopathen, Menschen also, die eine naturgegebene Hemmungslosigkeit auszeichnet.

Als in den 1950er Jahren Rassentrennung und eine extreme Entrechtung der Afroamerikaner in den amerikanischen Südstaaten gesellschaftliche Normen waren, haben brave weiße, sich selbst als Christen bezeichnende Bürger, dies mitgetragen. Es war der Status Quo, es war das Einzige, was sie kannten und es wurde selbstverständlich unterstützt.

Doch es gab einen jungen weißen Mann aus eben jenen Südstaaten, der doch tatsächlich glaubte, vor Gott seien alle Menschen gleich. Er wurde ein erfolgreicher Prediger, gewann viele Anhänger, lebte dann eine Weile in San Francisco und erreichte in der Lokalpolitik mehr Gleichheit für Afroamerikaner.

Sein Name war Jim Jones. Er führte 1978 seine Anhänger in Guayana in den größten Massenselbstmord der jüngeren Geschichte. Jim Jones war ohne Zweifel ein

Die erfolgreichste Tyrannei erzwingt nicht Gleichheit mit Gewalt, sondern beseitigt das Bewusstsein für andere Möglichkeiten.
Alan Bloom

Psychopath. In Bezug auf die Gleichheit von Afroamerikanern hatte er trotzdem recht. Hätten brave Bürger in den 1950er Jahren in Alabama, Mississippi und anderen Südstaaten nicht am normopathischen Wahnsinn festgehalten, wäre Jim Jones wohl nie bekannt geworden.

Ich bin wegen meiner Kritik an dem normopathischen Wahnsinn der sogenannten Corona-Krise tatsächlich gefragt worden, ob ich denn rechtsradikal und ein Antisemit sei.

Wenn aber vernünftige, besonnen auftretende Menschen wie Dr. Schiffmann, Prof. Bhakti, Dr. Wodarg und viele andere zum Thema Corona einfach nicht gehört werden, manche ihrer Videos gelöscht und Webseiten abgestellt werden, wenn solchen Menschen das Wort genommen wird, dann werden sich stattdessen Psychopathen, Rechtsradikale und andere Menschen, die eine extrem konfrontative Psyche haben, äußern.

Wenn man es den Jim Jones-Charakteren dieser Welt überlässt, Kritik an unhaltbaren Zuständen zu äußern, weil man sich in der Normopathie so gemütlich eingerichtet hat, darf man sich über die Ergebnisse nicht wundern.

Heilung von Normopathie

Für mich ist die derzeitige Situation jedenfalls eine gute Gelegenheit, mir anzuschauen, wo ich bei mir noch normopathische Tendenzen erkenne. Normopathie macht den Menschen in westlichen Ländern zu einem apathischen Konsumenten. Und dazu gehören eben auch viele Dinge, die leicht mit einem «ist ja nicht so schlimm» gerechtfertigt werden können, z.B. wenn es um Unterhaltung oder Konsum geht. Im Einzelnen mag es nicht schlimm sein, Netflix-Serien zu schauen, sich seichten Formen des Zeitvertreibs hinzugeben, Dinge zu

Wir ermöglichen die kranke Gesellschaft, in der wir leben, aktiv dadurch, dass wir auch da mit ihr kooperieren, wo wir das gar nicht müssen.

kaufen, die man nicht wirklich braucht, eben doch das Zeug in der Plastik-Packung zu nehmen, als darauf zu verzichten oder 20 Cent mehr für eine Alternative auszugeben.

Aber was wäre, wenn wir mit dieser gesamten Lebensausrichtung des Konsumenten nicht mehr kooperieren?

Als Gandhi 1920 von den britischen Machthabern in Indien damit konfrontiert wurde, dass Indien doch schließlich britisch sei, sagte er: «Sie werden feststellen, dass 100'000 Engländer nicht 200 Millionen Inder regieren können, wenn diese sich weigern, mit ihnen zusammenzuarbeiten.» Offenbar hat er recht behalten. Gandhis geniale «Tage des Betens und Fastens», die Streiks waren ohne so genannt zu werden, zeigten den Engländern auf, dass sie keine Macht hatten.

Krankheit durch Anpassung und Kooperation

Wir ermöglichen die kranke Gesellschaft, in der wir aktuell leben, aktiv dadurch, dass wir oft auch da mit ihr kooperieren, wo wir das aus rechtlichen Gründen nicht müssen: Was wäre, wenn wir ein Leben der Einfachheit kultivieren? Wenn wir auf Konsum da verzichten, wo es nicht um essenzielle Bedürfnisse geht? Wenn wir originelle Ideen der Nachhaltigkeit und Einfachheit in unser Leben bringen? Selbst Gemüse anbauen, dumme Unterhaltungssendungen nicht anschauen, digitale Medien nur noch da nutzen, wo wir sie brauchen? Amazon komplett boykottieren? Fast alle Artikel, die man nicht in Läden findet, kann man auch vom Hersteller direkt beziehen anstatt von Amazon. Oder darauf verzichten.

Was brauche ich wirklich? Welche Dinge, die ich meine zu brauchen, wären mir ohne Werbebotschaften nie in den Sinn gekommen?

Was wäre, wenn wir bei booking.com und dieser ganzen Plattform-Ökonomie nicht mehr mitmachten? Diese Plattformen zwingen z.B. Hotels unmögliche Bedingungen auf (so wie auch ich als Autor sehr wenig verdiene, wenn meine Bücher bei Amazon gekauft wer-

Es ist kein Zeichen guter Gesundheit, an ein zutiefst kranke Gesellschaft angepasst zu sein.
Jiddu
Krishnamurti

Werden kleine Schritte etwa die Welt verändern? Keine Ahnung, aber ich kann da anfangen, wo ich stehe.

den). Plattformen leisten nichts, schaffen keine Werte, sie schöpfen sie nur ab. Wenn ich Hotels buche, rufe ich das Hotel an. Kostet vielleicht ein paar Euro mehr, aber das ist es wert.

Harte Arbeit in kleinen Schritten

Sich von Normopathie zu heilen, kann harte Arbeit beinhalten. Na und? Spaß machen kann es auch immer wieder und harte Arbeit ist meiner Ansicht nach überfällig.

Ja, es sind kleine Schritte. Werden die etwa die Welt verändern? Keine Ahnung, aber ich kann da anfangen, wo ich stehe und ich erlebe es immer wieder, dass eine konstruktive Richtung, einmal eingeschlagen, einen auf den Geschmack kommen lässt, weiter zu gehen. Sehr erleichternd an der Befreiung von Normopathie ist auch die Freiheit von Schuldzuweisungen. Nicht die Menschen, die einzelnen Politiker, Wissenschaftler, Pharma-Bosse sind schuld, sondern es wirken Mechanismen in uns allen, nur in unterschiedlichen Ausmaßen. Und ich kann nur bei mir anfangen, meine Teilhabe an diesen Mechanismen aufzulösen.

Christian Dittrich-Opitz (*1970) ist Buchautor, Vortragsredner und Erwachsenenbildner mit dem Ziel «Menschen dabei zu helfen, in sich selbst zu stehen, so dass sie Klarheit über gesundheitliche und spirituelle Themen gewinnen, um ein gesundes Leben in Selbstverantwortung gestalten zu können».

Seine Bücher:

Der Protein-Optimierer – Eiweiß auf dem Prüfstand: Fatale Irrtümer, erstaunliche Fakten und die Lösung des Protein-Dilemmas

Befreite Ernährung – wie der Körper uns zeigt, welche Nahrung er wirklich für Gesundheit und Wohlbefinden braucht.

Befreite Atmung – Lebensenergie und Wohlbefinden fördern mit entspanntem, natürlichem Atem

Alle erschienen im Hans Nietsch Verlag, nietsch.de

christian-dittrich-opitz.de